

Medikal na Pangangalaga ng Sanggol

Medikal na Pangangalagang Ibinigay sa Kapanganakan

Mga Paggagamot

Bitamina K na Iniksyon

Isang iniksyon na ibinibigay upang mapalakas ang antas sa bitamina K ng iyong sanggol at maiwasan ang malubhang pagdudugo. Kung hindi mo nais ang iyong sanggol na makatanggap ng isang iniksyon, ang bitamina K ay maaaring ibigay sa pamamagitan ng bibig.

Paggagamot sa mata

Isang antibiyotikong pamahid na ginamit upang maiwasan ng iyong sanggol na makakuha ng impeksyon kapag ang ilang mga bakterya mula sa iyong ari ay napunta sa kanyang mga mata sa panahon ng panganganak. Kapag hindi ginamot, ang ilang mga impeksyon ay maaaring maging sanhi ng pagkabalag.



ALAM MO BA

Mayroon kang karapatan na humindi sa anumang paggagamot na sa pakiramdam mo ay hindi ka komportable. Ngunit kunin muna ang lahat ng impormasyon. Makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung mayroon kang mga katanungan o mga alalahanin.

Mga pagsusuri

Pagsusuri ng bagong panganak

Isang sampol ng dugo na kinuha mula sa isang pagtusok sa sakong ng iyong sanggol upang makita kung nangangailangan siya ng karagdagang pagsusuri para sa mga bihira ngunit malubhang karamdaman. Ang maagang paggamot ay maaaring makaiwas sa mga pagkaantala sa pag-unlad, mga isyu sa paglaki at mga nagbabanta sa buhay na problema sa kalusugan. Kung ang resulta ng pagsusuri ay positibo, hindi ito nangangahulugan na ang iyong sanggol ay may karamdaman – kundi maaaring kailangan niya ng pagsubok upang malaman para makasiguro. Ang pasusuri ay ginagawa bago ka at ang iyong sanggol ay umalis sa ospital, o sa bahay ng iyong tagapagbigay ng pangangalaga kung ikaw ay nanganak sa bahay.



SUBUKAN ITO

Habang kinukuhanan ng dugo ang iyong sanggol, paginhawahin siya at tulungan na bawasan ang sakit sa pamamagitan ng balat-sa-balat na pagyakap o pagpapasuso.

Maagang pagsusuri ng pandinig

Ang pagsusuri ay ginagawa sa ospital, sa mga tanggapan ng pampublikong kalusugan at mga pangkomunidad na klinika sa pandinig. Dahil maaaring magbago ang pandinig, mahalagang suriin muli ang iyong anak kung mayroon kang mga alalahanin sa hinaharap tungkol sa kanyang pagdinig, pagsasalita o pag-unlad ng wika.



ALAM MO BA

Kung ang iyong sanggol ay hindi nakapasa sa maagang pagsusuri ng pandinig, siya ay mangangailangan ng karagdagang pagsusuri. Ngunit hindi ito nangangahulugan na siya ay nawalan ng pandinig.

Mga opsyonal na pamamagitan

Pagtuli

Pag-opera upang alisin ang balat sa ibabaw na tumatakip sa ulo ng ari ng lalaki. Bagaman hindi inirerekomenda ng Samahan ng Pedyatriko ng Canada (Canadian Pediatric Society) at hindi saklaw ng Plano ng mga Medikal na Serbisyo (Medical Services Plan), maaari kang pumili na tuliin ang iyong anak batay sa iyong sariling mga paniniwala at kaugalian. Tandaan na ang iyong anak ay maaaring pumili na magpatuli sa kalaunan ng buhay.



Pagbabakuna

Ano ang pagbibigay ng kabal (“iniksyon” / “pagbabakuna”)?

Pagpoprotekta sa iyong anak mula sa isang sakit bago ito magkaroon ng pagkakataon na siya ay magkasakit.

Paano ito gumagana

Ang mga pagbabakuna ay nakakatulong na mapanatili tayong malusog sa pamamagitan ng pagsasanhi sa sistema ng panlaban sa sakit na gumawa ng mga protina (“mga antibody”) na lumalaban sa mga mikrobyo. Kapag binakunahan mo ang iyong sanggol laban sa isang tiyak na sakit, nagkakaroon siya ng proteksyon laban dito.

Bakit nagpapabakuna

Ang pagbabakuna ay ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan na makuha ang iyong anak ng mga seryosong sakit kabilang ang:

- tigdas at German measles (“rubella”)
- beke
- hepatitis B
- dipterya
- tetano
- mahalak na ubo (“ubong-dalahit”)
- polyo
- meningitis
- bulutong (“varicella”)
- Mga kanser na nauugnay sa HPV
- trangkaso (“influenza”)
- rotavirus

Ang ilan sa mga sakit na ito ay bihira na ngayon sa Canada, salamat sa pagbabakuna. Ngunit ang mga mikrobyo na naging sanhi ng mga ito ay umiiral pa din at maaaring gawing matinding magkasakit ang sinumang bata na hindi nabakunahan.



ALAM MO BA

Kapag pinabakunahan mo ang iyong anak, pinoprotektahan mo din ang mas malawak na komunidad. Kapag mas maraming tao ang nabakunahan, ang sakit ay hindi maaaring madaling kumalat at ang mga nasa pinakahigit na panganib - ang mga matatanda at mga sanggol na masyadong bata para sa pagbabakuna, halimbawa - ay mas ligtas.

Kailan magpapabakuna

Mahalaga na ang iyong sanggol ay nakakakuha ng kanyang mga bakuna sa oras. Ang mga ilan ay binibigay nang minsanan o dalawang beses; ang mga iba ay binibigay sa isang mga serye.

Ang mga bata sa British Columbia ay karaniwang binabakunahan sa 2, 4, 6, 12 at 18 buwan at sa 4 hanggang 6 na taon, 11 taon (Baitang 6), at 14 na taon (Baitang 9). Gayunpaman, ang mga iskedyul ng pagbabakuna ay maaaring mabago. Makipag-usap sa isang doktor o pampublikong nars sa kalusugan, bisitahin ang immunizebc.ca o tumawag sa HealthLink BC sa 8-1-1 kung mayroon kang mga katanungan.



SUBUKAN ITO

Pasusuhin ang iyong sanggol o simpleng hawakan nang balat-sa-balat bago, habang at pagkatapos ng isang pagbabakuna. Ang paghawak nang malapit ay magbibigay sa kanya ng ginhawa, ang pagsuso ay makagagambala sa kanya, at ang iyong gatas ay may mga sangkap na natural na maaaring magpakalma sa kanya at bawasan ang kanyang sakit.

Ang iniksyon sa trangkaso

Ang mga batang 6 na buwan at pataas at ang kanilang mga tagapagbigay ng pangangalaga ay dapat makakuha ng bakuna sa trangkaso sa bawat panahon ng trangkaso. Ang mga maliliit na bata ay nasa mas mataas na panganib na malubhang magkasakit kung sila ay makakuha ng trangkaso.



SUBUKAN ITO

Gamitin ang Pasaporte ng Kalusugan ng Bata (magagamit sa pamamagitan ng iyong pampublikong nars sa kalusugan) o ang immunizebc.ca na app upang masubaybayan ang mga pagbabakuna ng iyong anak.

Ligtas ba ito?

Ang pagbabakuna ay napakaligtas. Ang ilan ay maaaring maging sanhi ng sakit o sinat, ngunit ang mga masamang epekto ay menor at karaniwang tumatagal ng 1 o 2 araw lamang.



ALAM MO BA

Ang malubhang mga hindi kanais-nais na epekto sa mga pagbabakuna (tulad ng mataas na lagnat) ay napakabihira. Ang pagpili na huwag magpapabakuna ay mas mapanganib, dahil ang mga panganib ng sakit ay mas malaki kaysa sa peligro ng mga hindi kanais-nais na epekto.

Mga Karaniwang Alalahanin sa Kalusugan

Impeksyon sa tainga

Ang pinakakaraniwang sanhi ng mga problema sa pandinig sa mga napakaliit na bata.

Paano mo malalaman?

Kung ang iyong sanggol ay may isang impeksyon sa tainga, siya ay maaaring:

- maging maselan
- magkaroon ng masakit
- inilalagay ang kanyang kamay o kamao sa kanyang tainga
- mayroong lagnat
- mayroong likidong tumutulo mula sa kanyang tainga
- may kahirapang makarinig

Ano ang maaari mong gawin?

Makipagkita kaagad sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung ang iyong sanggol ay mayroong alinman sa mga sintomas.



ALAM MO BA

Ang mga sanggol na nakatira sa mga bahay na may usok ng sigarilyo ay nakakakuha ng mas maraming impeksyon sa tainga.

Duling (“gumagala”) na mga mata

Isang normal na pangyayari sa unang 6 na buwan.

Paano mo malalaman?

Ang iyong sanggol ay maaaring mayroong gumagalang mga mata kung ang kanyang mga mata ay patuloy na naduduling, o kung ang mga ito ay patuloy na naduduling pagkatapos ng 6 na buwan. Ang mga batang may isang pampamilyang kasaysayan ng mga duling na mata ay mas malamang na maapektuhan.

Ano ang maaari mong gawin?

Kontakin ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o HealthLink BC sa 8-1-1.

Thrush

Isang impeksiyon na nangyayari kapag ang isang lebadura na normal na natatagpuan sa katawan (“candida”) ay lumalago nang hindi makontrol.

Paano mo malalaman?

Kung ang iyong sanggol ay may thrush, siya ay maaaring:

- may puting mga patse sa kanyang bibig o isang pulang pantal sa kanyang lugar ng lampin
- tumatangging sumuso
- may mabagal na pagtaas ng timbang
- kinakabagan at sumpungin

Ano ang maaari mong gawin?

Ang thrush ay maaaring magamot sa pamamagitan ng paglalagay ng panlaban sa fungus na pumada sa lugar na nahawahan. Dahil ang mga nagpapasusong ina at sanggol ay maaaring magpasa ng impeksyon nang pabalik-balik, kapwa ay nangangailangan ng paggagamot. Ang thrush ay karaniwang hindi seryoso, ngunit dapat mong patingnan sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.



SUBUKAN ITO

Kung ang iyong sanggol ay may thrush, palaging palitan ang kanyang mga pampakalma (soother), utong ng bote at anumang iba pang mga bagay na inilalagay niya sa kanyang bibig, o pakuluan ito ng 5 hanggang 10 minuto bawa’t araw.



MAGKAROON NG KAMALAYAN

Ang Health Canada ay nagbabala na ang gentian violet (kilala rin bilang kristal na lila) ay maaaring magdagdag sa peligro ng kanser. Kung ikaw ay nagpapasuso, huwag gamitin ito upang gamutin ang thrush o anumang iba pang kundisyon.

Mataas na temperatura/ lagnat



ALAM MO BA

Ang mga sukat sa kilikili ay madalas na pinakamadali sa mga sanggol, ngunit sila ay hindi palaging tumpak. Kahit na ang iyong sanggol ay mayroong “normal” na temperatura sa kilikili - 36.5 hanggang 37.5 °C (97.8 hanggang 99.5 °F) - siya ay maaaring mayroong lagnat. Bantayan ang iyong sanggol para sa iba pang mga palatandaan at mga sintomas.

Paano mo malalaman?

Kung ang iyong sanggol ay may lagnat, siya ay maaaring:

- namumula, maputla, pawis na pawis o mainit sa likod ng kanyang leeg
- mahinang kumain
- hindi interesado sa mga bagay na karaniwang kinasisiyahan niya
- antok na antok



PAANO

Suriin ang temperatura ng iyong sanggol

1. Ilagay ang dulo ng isang digital na termometro sa gitna ng kanyang kilikili.
2. Isiksik ang kanyang braso sa katawan niya.
3. Aliwin at abalihin siya.
4. Dahan-dahang alisin ang termometro kapag ito ay tumunog.
5. Suriin sa ilalim ng kabilang braso.

Huwag gumamit ng isang merkuryong (kristalo) na termometro (na maaaring mapanganib), o mga strip sa noo, mga pampakalmang termometro o mga termometro ng tainga (na hindi gaanong tumpak). Ang mga temperatura sa tumbong ay napakatumpak, ngunit gamitin lamang ang paraang ito kung mayroon kang isang termometro na sinadya upang magamit sa tumbong, kung tinuruan ka kung paano gamitin ito nang ligtas ng isang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan, at kung nararamdaman mong komportable kang gawin ito.

Paraan	Karaniwang saklaw ng temperatura
Kilikili	36.5 hanggang 37.5°C (97.8 hanggang 99.5°F)
Tainga	35.8 hanggang 38°C (96.4 hanggang 100.4°F)
Bibig	35.5 hanggang 37.5°C (95.9 hanggang 99.5°F)
Tumbong	36.6 hanggang 38°C (97.9 hanggang 100.4°F)

Ano ang maaari mong gawin?

Kung ang iyong sanggol ay nagpapakita ng mga palatandaan ng lagnat o kung ang kanyang temperatura ay higit sa normal na saklaw na ipinapakita sa tsart, kausapin ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1. Hayaan siyang sumuso ng higit pa (o bigyan siya ng karagdagang maiinom), at hubarin ang anumang sobrang damit na suot niya.

Ang Acetaminophen (Tylenol) ay maaaring makatulong. Makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o tumawag sa HealthLink BC sa 8-1-1 bago ito ibigay sa iyong sanggol, pagkatapos ay sundin ang mga tagubilin sa pakete.



MEDIKAL NA EMERHENSIYA

Kung ang iyong sanggol ay mas bata sa 3 buwan at may lagnat, makipagkita kaagad sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan upang matiyak na hindi ito isang palatandaan ng isang mas malubhang karamdaman.



PANGANIB

Huwag kailanman bigyan ang iyong sanggol ng aspirin o anumang bagay na naglalaman ng acetylsalicylic acid (ASA), na maaaring makapinsala sa kanyang utak at atay. Kung ang iyong sanggol ay wala pang 6 na buwan, kausapin ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan bago siya bigyan ng ibuprofen (Pambatang Advil o Motrin).

Palaging magtanong sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan bago bigyan ng anumang gamot ang iyong sanggol.

Alerhiya sa pagkain

Isang potensyal na mapanganib na reaksyon sa pagkain.

Paano mo malalaman?

Ang mga sintomas ng isang reaksyon sa alerhiya ay maaaring maging banayad hanggang malubha. Ang mga ito ay madalas lumitaw sa loob ng mga ilang minuto pagkakain ng pagkain. Ang iyong sanggol ay maaaring makakuha ng mga pantal, pamamaga, pamumula, pantal, barado o tumutulong sipon o makati o nagluluhang mata. Siya ay maaaring umubo o magsuka.

Kapag ang isang tao ay mayroong alerhiya sa isang pagkain, ang isang reaksyon ay mangyayari tuwing kinakain nila ang pagkaing iyon.

Gayunpaman, sa paglipas ng panahon, ang ilang mga bata ay nakakalakihan ang ilang mga alerhiya. Ang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ng iyong anak ay maaaring makatulong sa iyo na matukoy kung ito ay totoo sa iyong anak.

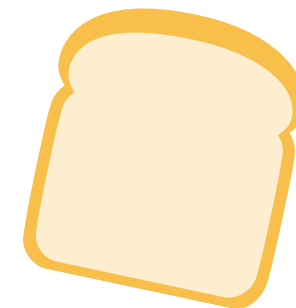
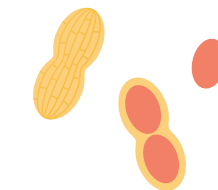
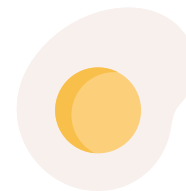
Ano ang maaari mong gawin?

Ihinto ang pagbibigay sa iyong sanggol ng anumang pagkain na sa palagay mo ay maaaring nagbibigay sa kanya ng alerhiya at makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.



SUBUKAN ITO

Tumulong na maiwasan ang mga alerhiya sa pamamagitan ng pagpapasuso. Tingnan ang [Pag-unawa sa mga Alerhiya sa Pagkain](#) upang malaman nang higit pa ang tungkol sa kung paano ipapakilala ang mga karaniwang nakakapagbigay ng alerhiyang pagkain sa diyeta ng iyong sanggol.



MEDIKAL NA EMERHENSIYA

Tumawag sa 9-1-1 kaagad kung ang iyong sanggol ay mayroong anumang mga sumusunod:

- pamamaga ng kanyang bibig, dila o lalamunan
- mga pantal na kumakalat
- problema sa paghinga o paglunok
- paulit-ulit na pag-ubo o paghuni
- isang namamaos na boses o iyak
- maputla o mala-bughaw na mukha o mga labi
- pagkahilo o panghihina o pagkahimatay



Jaundice (Paninilaw)

Isang paninilaw ng balat at ng mga puti ng mata na sanhi ng sobrang bilirubin sa dugo ng iyong sanggol.

Paano mo malalaman?

Karaniwang lumilitaw ang paninilaw (jaundice) sa mukha at dibdib sa unang linggo at tumatagal ng mga ilang araw. Sa karamihan ng mga kaso, mawawala ito sa karagdagang pagpapakain. Ang iyong sanggol ay maaaring suriin para sa paninilaw (jaundice) bago ka umalis sa ospital. Susuriin din ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan sa mga muling pagtingin na pagbisita pagkatapos ng kapanganakan.



MEDIKAL NA EMERHENSIA

Sa mga bihirang kaso, ang paninilaw ng balat ay malubha at, kung hindi gagamutin, ay maaaring humantong sa mga pangmatagalang problema. Tawagan kaagad ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung ang iyong sanggol ay tila inaantok at tumatangging uminom at kung ang kanyang balat o ang mga puti ng kanyang mga mata ay mukhang dilaw.

Pantal sa lampin

Isang pula, masakit na reaksyon sa lugar ng lampin na sanhi ng pamamasa, isang impeksyon sa lebadura, sabon, pabango o mga langis.

Ano ang maaari mong gawin?

Maaari mong matulungan na mapawi ang pantal sa lampin sa pamamagitan ng:

- pagpapalit ng mga lampin sa oras na basa o marumi
- paglilinis ng maligamgam na tubig na walang sabon, patuyuin nang maayos, at paglalagay ng isang manipis na pahid ng krema na nakabatay sa zinc
- hayaan ang iyong sanggol na hindi maglampin ng mga ilang beses sa isang araw
- paggamit ng walang amoy na mga deterhente at mga pamunas
- pagdadagdag ng suka kapag nilalabhan ang mga lampin na tela
- hindi paggamit ng mga plastik na salawal

Makipag-ugnay sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung ang pantal ay tumatagal ng mas mahaba sa 5 araw, kung ito ay pangunahin sa mga lukot ng balat, o kung may mga paltos, nana, pagbabalat o malulutong na mga patse.

Mga ibang pantal

Paano mo malalaman?

Sa mga unang ilang linggo, ang iyong sanggol ay maaaring may maliit na puting nakaalsang mga tuldok sa kanyang mukha (“baby acne”). Sa mga unang buwan, siya ay maaaring makakuha ng mga pulang parang tuldok ng aspili sa kanyang katawan.

Ano ang maaari mong gawin?

Kapwa ay maglililaw na mag-isa sa sarili nito. Tawagan ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung ang isang pantal ay biglang naging mapula at makati at dumadaloy ng likido.

Maaari mong paginhawahin ang balat ng iyong sanggol sa pamamagitan ng:

- pagpapanatili sa kanyang mainit-init ngunit hindi mainit
- pagbibigay sa kanya ng maikling paligo sa maligamgam na tubig bawa’t ikalawa o pangatlong araw lamang
- pagbibihis sa kanya ng koton
- Lagyan siya ng isang maliit na halaga ng walang gamot, walang amoy na losyon
- hindi paggamit ng mga mababangong sabon, mga losyon o mga pampalambot ng tela



ALAM MO BA

Mas kaunting produkto ang inilalagay mo sa sensitibong balat ng iyong sanggol, mas mabuti. Subukan muna ang isang maliit na halaga sa iyong sanggol, pagkatapos ay gamitin nang napakaunti hangga’t maaari. Makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa kung anong mga produkto ang maaaring tama para sa iyong sanggol.

Cradle cap (Pagbabalat sa ulo ng sanggol)

Ano ang maaari mong gawin?

Ang kaunting kaliskis sa anit ng iyong sanggol ay normal. Kung ito ay magaspang, subukang kuskusin ng isang patak ng walang amoy na langis. Pagkatapos ay dahan-dahang sipilyuhin ang mga kaliskis at hugasang mabuti ang langis.

Pag-ubo at pagbahing

Ang iyong bagong panganak ay ubo at babahing upang malinis ang kanyang ilong at baga, ngunit hindi ito nangangahulugan na mayroon siyang sipon. Huwag siyang bibigyan ng gamot sa ubo o sipon maliban kung inirekomenda ng iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

Pagkatibi

Paano mo malalaman?

Sa sandaling sila ay mga ilang linggo na, ang ilang mga sanggol ay dudumi araw-araw, habang ang iba ay dudumi minsan sa isang linggo. Kapwa ay normal. Normal din para sa iyong sanggol na magreklamo at mamula sa mukha kapag siya ay dumudumi, kahit na hindi siya tibi.

Ano ang maaari mong gawin?

Makipagkita sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1 kung:

- ang iyong sanggol ay mas bata sa 2 linggong edad at siya ay dumudumi ng mas mababa sa dalawang beses sa isang araw
- ang kanyang dumi ay tuyo at matigas o nagkakaproblema siya na ilabas ito ng mahigit sa isang linggo
- mayroong sariwang dugo sa kanyang dumi

Ang mga pampurga, mga supositoryo at mga enema ay dapat lamang gamitin kung inireseta ng iyong doktor.



ALAM MO BA

Ang isang sanggol na pinapasuso lamang ay bihirang matibi.

Pagsusuka

Paano mo malalaman?

Karamihan sa mga sanggol ay lumulungad. Ang mga paglungad ay lumalabas mula sa bibig, kung minsan ay may isang pagdighay, at hindi karaniwang nakakaabala sa isang sanggol.

Ang pagsusuka ay mas malakas pa. At kung ang iyong sanggol ay nagsusuka ng higit sa ilang mga kutsarang likido, maaaring siya ay matuyuan ng tubig

Ano ang panudla (projectile) na pagsusuka?

Ang gatas o pormula ay inilalabas ng napakalakas sa isang arko - kung minsan sa distansya ng ilang mga talampakan. Ang panudla na pagsusuka ay karaniwang nangyayari kaagad pagkatapos ng isang pagpapakain, ngunit maaaring mangyari makalipas ang mga ilang oras. Sa ilang mga kaso, nangangahulugan ito na ang daanan sa pagitan ng tiyan at bituka ng iyong sanggol ay masyadong maliit ("pyloric stenosis"). Maaari itong maayos, ngunit kinakailangan ang agarang paggagamot.



MEDIKAL NA EMERHENSIYA

Makipagkita kaagad sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan kung:

- hindi makapagpanatili ang iyong sanggol ng mga likido o tila nawawalan ng tubig
- may mga bahid ng dugo sa dura
- ang paglungad ay nagiging sanhi sa iyong sanggol na mabulunan, mabarahan ang bibig o maging asul
- ang iyong sanggol ay panudla na nagsusuka

Pagtatae

Paano mo malalaman?

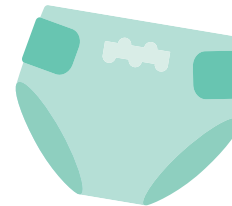
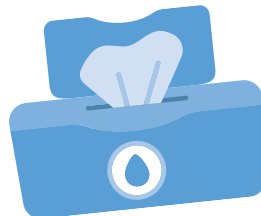
Kung ang dumi ng iyong sanggol ay matubig at masama ang amoy, maaaring siya ay nagtatae. Karaniwan, maaari mo siyang gamutin sa bahay sa pamamagitan ng pagbibigay sa kanya ng maraming gatas ng tao, o pormula kung siya ay pinapakain ng pormula.



MEDIKAL NA EMERHENSIYA

Kapag ang pagtatae ay humahantong sa pagkatuyot, ang iyong sanggol ay maaaring magkasakit, nang napakabilis. Humingi kaagad ng tulong kung ang iyong sanggol:

- ay antok na antok at hirap na gumising
- ay may napakatuyong bibig at dila
- ay may sobrang tuyong mga mata, na walang luha o mas kaunting luha kaysa sa normal
- ay umihi ng mas kauntii kaysa sa dati, na may mas kaunti sa 4 na basang lampin sa loob ng 24 na oras
- ay may isang malambot, lumubog na lugar sa kanyang ulo
- ay may mas mabilis na tibok ng puso
- ay may lumalim na mga mata
- ay may mala-abong kulay na balat



Mga flat na lugar sa ulo

Dahil ang bungo ng iyong sanggol ay malambot, maaari siyang magkaroon ng isang flat na lugar kung palagi siyang nagpapahinga sa parehong bahagi ng kanyang ulo. Ito ay malamang na mawawala nang mag-isa.

Ano ang maaari mong gawin?

Maaari mong maiwasan ang mga flat na lugar sa pamamagitan ng:

- pagkakaroon ng pinangasiwaang oras ng pagdapa sa tiyan ilang beses sa isang araw habang ang iyong sanggol ay gising (tingnan ang [Malusog na mga Gawi](#))
- paggamit ng iba-ibang posisyon upang hawakan ang iyong sanggol
- paglalagay sa kanya na ang kanyang ulo ay nasa isang dulo ng kuna sa isang araw at sa kabilang dulo kinabukasan (palaging nasa kanyang likuran)
- paglilimita ng oras sa isang matalbog na upuan, duyan ng sanggol, andador at upuan ng kotse sa 1 oras



ALAM MO BA

Ang isang flat na lugar sa ulo ng iyong sanggol ay hindi makakaapekto sa pag-unlad ng kanyang utak.



SUBUKAN ITO

Kung nagmamaneho ka ng mas mahabang distansya, kumuha ng pahinga upang mailabas mo ang iyong sanggol sa upuan ng kotse bawâ't oras.